

3月予定献立表

発行日：令和5年2月28日

	月		火		水		木		金		土	
午前おやつ					1	野菜ジュース	2	牛乳	3	牛乳	4	牛乳
昼食					【体育指導の日】 ポークカレー マカロニサラダ りんご		ご飯 豆乳味噌汁 白身魚と野菜の甘酢煮 もやしのごま和え		【ひな祭り】 ひな祭り風ちらし寿司 菜の花入り紅白すまし汁 鶏の照り焼き 小松菜の和え物		中華あんかけ丼 小松菜とかまぼこのすまし汁 もやしのゆかり和え	
午後おやつ					牛乳・ブルーベリーヨーグルト		お茶・焼きそば		牛乳・黒ごまマフィン		牛乳・ビスコ	
午前おやつ	6	牛乳	7	牛乳	8	アップルジュース	9	牛乳	10	牛乳	11	牛乳
昼食	ご飯 かぼちゃの味噌汁 白身魚の竜田揚げ ほうれん草のおかか和え		ご飯 コーンスープ 鶏肉のマーマレード焼き ポテトサラダ		ご飯 春雨スープ チンジャオロース 炒り卵のサラダ		【食育の日】四国地方 ご飯 にゅうめん汁 かつおの煮付け じゃこ天とビーマンのきんぴら みかん		【お誕生日会】 ご飯 ミネストローネ 鶏のから揚げ コールスローサラダ		五目うどん さつま芋とひじきの煮物 バナナ	
午後おやつ	牛乳・黒ごまクッキー		牛乳・卵サンド		お茶・桃の豆乳寒天		牛乳・はんごろしあ(きな粉おはぎ)		牛乳・チーズケーキ		牛乳・ドーナツ	
午前おやつ	13	牛乳	14	牛乳	15	オレンジジュース	16	牛乳	17	牛乳	18	牛乳
昼食	ご飯 すまし汁 鮭ときのこのホイル焼き 胡瓜と人参の甘酢和え		スタミナ丼 わかめと卵の味噌汁 白菜と小松菜のお浸し		ロールパン 野菜スープ グラタン ブロッコリーの黒ごまサラダ		ご飯 さつまいもの味噌汁 鱈の煮付け 白菜の和え物		【お別れ会】リクエストメニュー 鶏そぼろラーメン 焼きかぼちゃ バナナ		ご飯 なめこの味噌汁 豚の生姜焼き キャベツの酢の物	
午後おやつ	牛乳・きなこマカロニ		牛乳・ほうれん草マフィン		お茶・五平餅		牛乳・クッキー		牛乳・フライドポテト		牛乳・源氏パイ	
午前おやつ	20	牛乳	21		22	飲むヨーグルト	23	牛乳	24	牛乳	25	牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 鮭とコーンのマヨ焼き ひじきと人参の和え物 キウイフルーツ		春分の日		ご飯 たまごスープ 鶏肉と芋の甘辛煮 切り干し大根としらすの酢の物		ミートスパゲティ ベーコンと野菜のスープ キャベツのフレンチサラダ		豚丼 味噌汁 ほうれん草のごま和え		コーンツナピラフ 白菜のスープ キャベツのゆかり和え	
午後おやつ	牛乳・キャロット蒸しパン				牛乳・豆乳餅		お茶・きつねおにぎり		牛乳・きなこ棒		牛乳・バームクーヘン	
午前おやつ	27	牛乳	28	牛乳	29	豆乳	30	牛乳	31	牛乳		
昼食	ご飯 かぼちゃの味噌汁 肉豆腐 春雨サラダ		ご飯 コンソメスープ あじフライ 温サラダ		ご飯 白菜とえのきのすまし汁 あじフライ 鶏肉となすの味噌炒め 大豆のころころサラダ		食パン かぼちゃの豆乳スープ 白身魚のムニエル 小松菜のサラダ		ご飯 里芋と玉ねぎの味噌汁 擬製豆腐 チキンサラダ			
午後おやつ	牛乳・レーズン蒸しパン		牛乳・フルーチェ		牛乳・ピザ風ポテト		お茶・切り干し大根のおにぎり		牛乳・コーンフレーク			

※献立が変更する場合があります。ご了承ください。

※延長おやつは、ビスケット・せんべい・サブレ・パイ・ラムネを提供します。

献立平均給与栄養量 幼児 エネルギー575kcal たんぱく質23.7g 脂質18.5g 乳児 エネルギー475kcal たんぱく質 19.6g 脂質15.9g